RAID-ANCHETĂ

„CUM SE MUNCEȘTE ÎN SĂLILE DE BOX"

În materialul de față ne-am propus să analizăm felul în care se desfășoară activitatea în unele secții de box din București, Brașov și Craiova.

LA S.P.C. – MUNCĂ INTENSĂ

La noua sală a S.P.C., inaugurată la 1 februarie, am ajuns înainte de începerea antrenamentului. În camera antrenorului, în fața conspectului de lecție din ziua respectivă, l-am surprins pe antrenorul secției Ștefan Iordache, revăzîndu-și pentru ultima oară sarcinile și mijloacele lecției. Minutele care ne mai despărțeau de ora fixată pentru începerea antrenamentului, le-am folosit pentru cunoașterea sălii și a condițiilor în care se lucrează aci.

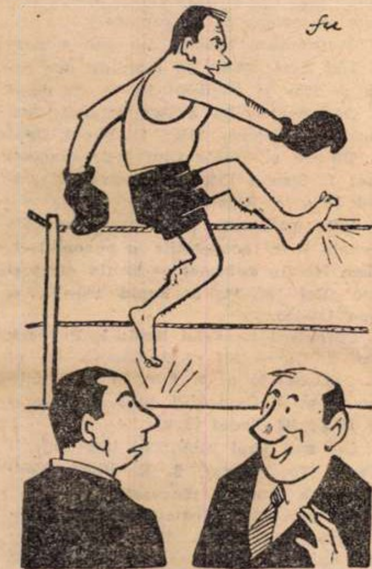
Curățenia exemplară a sălii — pardosită cu linoleum — ne-a atras atenția în mod deosebit. Sala este dotată cu aparatură corespunzătoare. La S.P.C. sînt condițiuni optime de pregătire pentru cei aproximativ 50 de tineri. Priceperea, pasiunea și entuziasmul cu care muncește Ștefan Iordache sînt explicația rezultatelor bune obținute de el în creșterea juniorilor. M. Ciocan, Gh. Bădilă, M. Cristea sînt numai cîțiva dintre juniorii pregătiți la S.P.C., care s-au făcut remarcați prin claritatea și frumusețea boxului practicat. În acest an, Ion Sabău a cucerit titlul de campion republican de juniori și prin evoluția sa a lăsat o frumoasă impresie.

Conspectul de lecție, deși sumar întocmit, corespundea întocmai zilei respective din planul de pregătire pe etapă. Tema: dezvoltarea calităților fizice de bază.

I-am lăsat pe boxerii de la S.P.C. în toiul jocului cu mingea medicinală „huștiuluc" și ne-am îndreptat spre... Progresul.

FRECVENȚĂ SLABĂ, LA PROGRESUL

Gimnastica lui „nea Lucică", bine cunoscută de toți elevii săi, se desfășura, ca de obicei, cu multă însuflețire. Dar, deși antrenamentul începuse de aproximativ 30 de minute, cîte un elev răzleț mai venea încă, în sală. Din efectivul de 19 seniori, cîți



— De ce nu le dați ghete? Uite cum sare; i-a intrat o așchie în talpă...

— Ce știi d-ta; asta îl ajută să-și însușească mai bine jocul de picioare!!

Desen de S. Novac

activează în această secție, erau prezenți numai 7 (!?). Cîțiva se mai antrenaseră dimineața. Seara, am reținut doar pe **C. Rusu, D. Fieraru, I. Grosu, E. Schnap** și **V. Nițoi**. Dar restul?

Sala este bună. Ring corespunzător, aparatură necesară, baie, vestiare. Echipamentul necorespunzător ne-a reținut atenția. Am văzut, din păcate, mulți sportivi care se antrenau desculți. De ce? Clubul nu sprijină suficient și pe măsura posibilităților secția de box, cu echipamentul necesar.

Nu exista un plan conspect de lecție la antrenamentul condus de **Lucian Popescu**. N-am reușit să vedem nici celelalte documente de planificare.

Pregătirea juniorilor se efectuează sub îndrumarea antrenorului **Mihai Voinea**, care a preluat de curînd această muncă. În condica de prezență erau înscriși aproape 40 de tineri. Prezenți în sală, erau doar vreo... 10.

STEAUA ȘI-A ÎNSUȘIT CRITICA...

Criticați în darea de seamă a biroului F.R. Box, precum și în paginile ziarului nostru, pentru activitatea lor necorespunzătoare antrenorii secției de box a clubului Steaua, Gh. Fiat și M. Spacov, ajutați de conducerea clubului, au luat măsurile care se impuneau.

Secția de box, în care activau elemente depășite ca vîrstă și posibilități, a fost complet întinerită. Au fost promovați în secție boxeri cu perspective ca N. Gîju, I. Baciu, I. Negru, St. Constantin, Gh. Stăncuț, St. Popoacă etc. sportivi care, cu prilejul ultimelor reuniuni, au dovedit frumoase calități și o pregătire corespunzătoare.

Pe lîngă secția de seniori se pregătesc și aproximativ 20 de juniori sub îndrumarea antrenorului Șerbu Neacșu. O serie dintre acești tineri au și obținut unele succese în cadrul campionatului pe echipe al Capitalei. Juniorii I. Pantea, V. Zuvelcă, V. Drăgan, Gh. Stătică, Tr. Nițulescu, Gh. Manea au dovedit frumoase calități.

Condițiile materiale și igienice în care pugiliștii de la Steaua își desfășoară antrenamentul sînt corespunzătoare.

Planificarea, atît la secția de performanță, cît și la cea de juniori, este judicios întocmită și respectată. Rezultatele bune obținute de pugiliștii militari în ultimele lor întreceri confirmă aceasta. Individualizarea este respectată. Antrenorul Marcu Spacov, a supravegheat lucrul la sac al fiecărui elev, urmărind îndeplinirea temei individuale.

Cei doi antrenori de la Steaua privesc cu multă încredere campionatul republican din acest an. Au și de ce. Felul în care se muncește acum în secție, le dă dreptul să spere la mai mult decît au realizat anul trecut.

INTENSĂ ACTIVITATE LA METALUL

Din totalul de 25 componenți ai secției de performanță, 23 au răspuns „prezent" la antrenamentul zilei respective iar doi au absentat motivat. Boxerii metalurgiști *N. Calița, A. Olteanu, C. Popa, D. Minea, P. Niculescu, M. Ene* se pregătesc cu multă seriozitate sub îndrumarea antrenorilor *I. Stoianovici* și *I. Sandu*. Condițiile materiale ale secției de box sînt dintre cele mai bune.

Boxerii de la Metalul au susținut, în acest an, mai mult de 200 de meciuri cu întreg efectivul secției. Secția de juniori numără 30 de membri, dintre care numai 15 sînt legitimați. *P. Niculescu* a obținut titlul de campion republican doi ani consecutiv. Venirea antrenorului *I. Sandu* în această secție a făcut ca și munca cu „schimbul de mîine" să capete un caracter mai organizat.

Documentele de planificare și evidență sînt întocmite și păstrate cu multă grijă de cei doi antrenori.

DINAMO ARE O PEPINIERĂ VALOROASĂ

În sala de sub pista velodromului Dinamo, E. Füresz, **antrenorul secției de juniori a clubului, pregătește cu multă atenție schimbul de mîine al secției de performanță. Un număr de peste 30 de tineri frecventează zilnic sala secției de box.** I. Iordache, G. Olimpiu, Gh. Constantin, T. Andrei, N. Simion, Gh. Voicu **sînt numai cîțiva dintre juniorii talentați care au șanse să se alăture colegilor lor mai mari** I. Monea, S. Bîrsu, D. Gheorghiu, M. Dumitrescu, Gh. Barbure **care au „crescut" la Dinamo, fiind promovați în secția de performanță a clubului.**

Condițiile materiale în care se desfășoară antrenamentele sînt bune... dar, sînt și unele lipsuri. Conducerea clubului programează antrenamentele secției de box fără a ține seama de intervalul de odihnă necesar pentru restabilirea completă a organismului după efort. E o situație care datează de mai multe luni. Nu se poate remedia oare această deficiență?

Documentele de planificare sînt judicios întocmite și respectate întocmai. În ziua respectivă i-am găsit pe dinamoviști lucrînd „la mănuși" cu parteneri aleși de antrenorul emerit C-tin Nour, **corespunzători adversarilor din „Cupa Metalul". În această secție se muncește cu multă seriozitate. Priceperea antrenorului Nour a făcut ca secția antrenată de el să fie mereu fruntașă.**

DE CE NU „MERGE" BOXUL LA STEAGUL ROȘU BRAȘOV?

Strădaniile antrenorului secției de box a clubului Steagul roșu, **Augustin Cuculatu**, sînt zadarnice atît timp cît conducerea clubului se ocupă atît de puțin de această disciplină sportivă. Orele în care secția de box este programată în sala de antrenament sînt cu totul necorespunzătoare cerințelor. Tinerii dornici să practice boxul nu au acces în sală decît între orele 8—10 și 20—22, care — de cele mai multe ori — nu corespund timpului liber al elevilor școlii profesionale. Conducerea clubului nu acordă suficientă atenție sportului cu mănuși. Deci, nu întîmplător în această secție nu există decît un singur boxer de cat. I, **Șt. Șipoș** și 3 de cat. a II-a — **E. Binder, L. Berteloti** și **I. Banu.**

DEFICIENȚE ȘI LA DINAMO...

În secție activează 8 boxeri seniori: I. Binder, D. Roșanu, M. Radu, D. Șunică, L. Ciomo, M. Cerchez, M. Gherghescu și V. Damian. *Condiții materiale există suficiente pentru ca munca să meargă bine în această secție și totuși... rezultatele nu sînt pe măsura posibilităților. Antrenorul* Aurel Corăscu, *bolnav, pe cale de pensionare, n-a făcut nimic ca lucrurile să meargă bine. În ziua vizitei noastre, pe antrenor l-am găsit acasă, iar pe boxeri la antrenament, undeva (?) la cros, în cadrul pregătirii fizice generale (!?). Consiliul clubului Dinamo Brașov trebuie să se ocupe de soluționarea acestei probleme. Există antrenori tineri, capabili și dornici să muncească. Unul dintre aceștia îi trebuie secției de box a clubului Dinamo Brașov. Nici munca de creștere a juniorilor nu se prezintă mai bine. În campionatul de juniori au fost înscriși numai doi participanți (!?). Dacă așa stau lucrurile în două dintre cluburile mari din orașul Brașov, nu trebuie să ne mire faptul că sportul cu mănuși, nu se situează la nivelul cerințelor și al posibilităților.*

LUCRURI BUNE LA CRAIOVA...

Vechiul centru pugilistic craiovean este și astăzi la înălțime. Secția de box a clubului Dinamo Craiova se numără printre fruntașele pe țară. Secției i se acordă tot sprijinul, condiții optime de pregătire din toate punctele de vedere. Antrenorul Dumitru Ciobotaru pregătește cu simț de răspundere pe componenții secției Șt. Costescu, N. Moț, Șt. Panduru, M. Goanță, C. Mihai **etc. și rezultatele bune obținute, în ultima vreme, confirmă aceasta. I-am găsit pe boxerii dinamoviști la un antrenament în aer liber. Exercițiile alese (sprinturi scurte în viteză, combinate cu prinderi și aruncări de mingi de tenis) rezolvau bine sarcina lecției prevăzută în conspect. Apoi a început lupta condiționată la mănuși, în scopul îmbunătățirii tehnicii individuale.**

Prezența la antrenament — sută la sută. Pe lîngă secția de performanță se pregătesc, sub îndrumarea antrenorilor A. Ciocan **și** C. Iordache, **un număr de 20 de tineri boxeri. Dintre aceștia,** I. Mihăileanu, I. Tănase, T. Vulpescu **și** I. Basa **s-au evidențiat cu prilejul unor meciuri locale.**

LA ELECTROPUTERE SE POATE FACE MAI MULT

Secția de box pregătită de antrenorul **Gh. Duduleanu** a dat an de an elemente de valoare boxului nostru. **P. Deca, C. Iordache, Fl. Pătrașcu, C. Bogdan** și **C. Manolache** sînt numai cîțiva dintre pugiliștii care s-au ridicat din secția de box a A. S. Electroputere. Și în acest an, cu ocazia campionatului de juniori, **M. Ștefanovici** și **D. Popescu** (finalist) au lăsat o frumoasă impresie.

Condițiile materiale nu sînt însă pe măsura posibilităților A. S. Electroputere. Sala, destul de mică, este pardosită cu... beton (și acesta pe alocuri spart). Asociația, credem, poate procura cîteva scînduri pentru a pardosi această încăpere. N-a existat însă preocupare, deși antrenorul a solicitat acest lucru.

Ținînd cont de faptul că boxul se numără printre sporturile cu veche tradiție în Craiova, sperăm că de acest lucru va ține cont și tov. **I. Amărășteanu** (președintele asociației) și în iarna viitoare, boxerii se vor antrena pe o podea corespunzătoare.

MIHAI TRANCA

Colțul alpinistului

Comorile Retezatului

Munții Retezatului sînt vara un uriaș parc, în care crește o bogată varietate de plante și flori, unde trăiesc și se înmulțesc aproape toate speciile de animale sălbatice, cunoscute în țara noastră, unde simți la tot pasul că pulsează viața.

Frumusețea peisagistică a Retezatului, sălbăticia lui, precum și vasta suprafață pe care o ocupă (aproape 850 km.p.), a atras mase de turiști dornici să-și cunoască patria.

În perioada marilor zăpezi, el este însă puțin vizitat de drumeți. Cabanele situate în zonele marginale, distanțele mari ce trebuie străbătute pînă a ajunge la ele, determină aceasta. În ultimii ani, însă, alpiniștii l-au luat cu asalt chiar și iarna și au reușit să pătrundă pînă în cele mai îndepărtate unghere ale lui. Obiceiul s-a împămîntenit din anul 1955, cînd Consiliul Central al Sindicatelor a organizat parcurgerea pe timp de iarnă a Crestei Făgărașilor, la care au luat parte 48 de alpiniști.

Această grandioasă acțiune, denumită Alpiniada Făgărașilor, a deschis drumul maselor de alpiniști către crestele înzăpezite ale Carpaților, considerate multă vreme iarna inaccesibile. Pe măsură ce au trecut anii, specialiștii au încadrat aceste manifestații alpine în regulamente, experimentînd diferite formule pînă cînd s-a ajuns la cea care a fost aplicată în acest an.

Avînd un caracter competițional, într-un înțeles mai larg, apropiat specificului ce-l are alpinismul, Alpiniada republicană, pe care o tutelează Comisia Centrală de Turism și Alpinism, este un stimulent pentru alpiniști. Anul acesta, în cadrul etapei de iarnă a Alpiniadei republicane, s-a parcurs de către echipele de categoria A linia celei mai viguroase creste a Munților Retezat, de forma unui uriaș arc închis de culmea înaltă și plană a muntelui Borăescu.

Echipele constituite din cîte trei alpiniști aveau să parcurgă următorul itinerar: valea Galeșului — Vîrful Galeșul — Vîrful Mare — Porțile Închise — Vîrful Păpușa (2502 m altitudine) — Vîrful Custura — Vîrful Drăcșanu — Vîrful Albele — Vîrful Iorcovanului — Vîrful Paltina — Vîrful Borăescu — Gura Apei — Vîrful Zlata — Vîrful Zănoaga — Vîrful Sesele — Vîrful Glăveiul — Vîrful Judele — Vîrful Bucura — Vîrful Retezat — Valea Stînișoara.

Plecarea către linia crestei s-a făcut, concomitent, de la trei cabane: Gura Apei — Buta și Pietrele, alpiniștii fiind obligați, prin regulament, să atingă cele 20 puncte de pe parcurs, marcate din timp cu fișe de control ce totalizau 500 puncte. În funcție de numărul fișelor aduse, în timpul prescris de regulament, s-a stabilit clasamentul întrecerii.

Traseul a măsurat aproximativ 90 km, avînd o diferență de nivel de cca. 5400 m.

Pentru echipele de categoria B a fost programat un traseu redus de traversare a Retezatului, de la cabana Buta la cabana Pietrele. Itinerarul ales era în circuit, între cele două cabane alpiniștii avînd de atins următoarele puncte: Vîrful Pietrele — Vîrful Peleaga (cel mai mare vîrf al masivului: 2509 m) — Curmătura Bucurii — Plaiul Mic — Cabana Buta — Lunca Berhină — Vîrful Lia Slăveiului. Acest itinerar, considerat scurt, măsura în realitate cca 58 km, iar diferența de nivel însuma peste 3.700 m. Vremea frumoasă a permis celor 682 alpiniști din 16 asociații și cluburi sportive, împărțiți în 20 echipe, să parcurgă traseul în bune condițiuni.

Celor „mari" vremea le-a dat prilejul să se edifice pe deplin asupra traseului și mai ales asupra porțiunii dintre Plaiul Mic — Vîrful Borăescu — cabana Gura Apei, al cărui relief atît de sinuos a dat mult de lucru, în anii precedenți, diferitelor echipe prinse de vreme rea aci.

Cu cei „mici" vremea a fost și mai darnică. Începătorii, îndeosebi, au avut cel mai mult de profitat. Ei au învățat cum se organizează o traversare pe timp de iarnă peste un masiv, au rezolvat toate problemele legate de un asemenea drum (orientare, hrană, gospodăria alpină și „mersul pe schi").

Discuțiile celor tineri, entuziasmul cu care plecau și se întorceau la cabană arătau dragostea pentru munți, bucuria caracteristică omului care a parcurs un drum greu, satisfacția învingătorului.

Contactul permanent cu muntele oferă alpinistului prilejul să-l cunoască, să învețe cum să lupte cu el pentru a-l învinge, pentru a-i „răpi" neprețuitele comori de frumuseți.

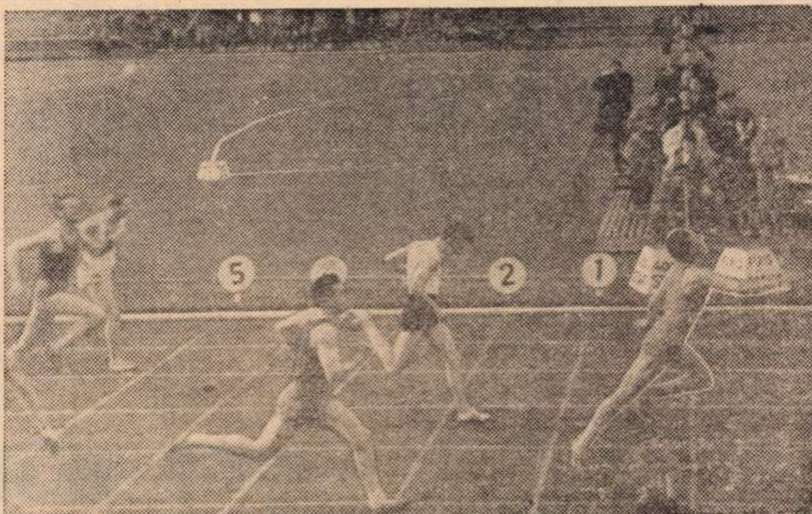
E. CRISTEA
maestru al sportului

ATLETISM

CONCURSUL REPUBLICAN DE PRIMĂVARĂ AL SENIORILOR

● Așteptăm rezultate de valoare în întrecerile de pe stadionul „23 August"

Am intrat acum în săptămîna dinaintea concursului republican de primăvară al atleților seniori. Acest tradițional concurs — cel mai important dintre întrecerile începutului de sezon competițional — este așteptat în acest an cu mult mai mult interes decît în oricare dintre edițiile sale trecute. Ne aflăm doar în anul în care toți atleții noștri, fruntași sau numai de categoria a III-a, vîrstnici sau numai juniori „mici", au în față o serie de competiții de amploare în cadrul cărora trebuie să aibă comportări dintre cele mai bune, să realizeze performanțe pe măsura condițiilor de activitate create de regimul nostru democrat-popular mișcării de cultură fizică și sport.



Gheorghe Zamfirescu termină victorios într-o cursă de 100 m
Foto: Silviu Dumitrescu

Pe programul competițional figurează în 1964 concursuri de mare răspundere ca: întrecerile finale ale primei Spartachiade republicane, cea de a XXIII-a ediție a Jocurilor Balcanice de la București, campionatele europene de juniori de la Varșovia și Jocurile Olimpice din capitala Japoniei. Acestora li se adaugă sumedenie de alte concursuri interne și internaționale.

Este de așteptat deci ca, în acest sezon, toți atleții noștri să dovedească maximum de exigență față de propria lor pregătire, față de comportarea de la antrenamente și din concursuri, în așa fel încît să înregistreze performanțe cu rezonanță în arena sportului internațional și, o dată cu acestea, să realizeze un substanțial salt valoric pentru atletismul din țara noastră.

Concursul republican de primăvară va fi în măsură să ne arate cu precizie cum s-a muncit pînă acum în secțiile de atletism din cluburile și asociațiile sportive, care a fost preocuparea pentru asigurarea unei calități superioare a activității de atletism desfășurate în fiecare dintre regiunile țării. Antrenorii și atleții înșiși vor avea posibilitatea să se verifice și să tragă concluziile corespunzătoare în așa fel ca munca să se desfășoare în continuare și în mai bine.

Pentru acest an, în tot ceea ce se întreprinde trebuie pus un accent deosebit pe CALITATE. Numai o muncă de calitate, desfășurată cu conștiinciozitate și cu tot spiritul de răspundere, poate duce la performanțele de valoare internațională spre care trebuie să tindă toți sportivii.

Această preocupare pentru continua îmbunătățire a procesului de instruire și o exigență sporită față de rezultatele obținute, dovedesc însă acum mulți dintre atleții noștri fruntași: **Iolanda Balaș, Șerban Ciochină, Gheorghe Zamfirescu, Andrei Barabaș, Viorica Viscopoleanu, Alexandru Spiridon etc.** Exemplul lor trebuie urmat de toți atleții, fie ei fruntași sau începători.

O muncă perseverentă, conștiincioasă, completată cu dorința de a elimina imediat toate lipsurile semnalate la antrenamente și la concursuri îi va putea ajuta pe atleți să realizeze saltul valoric care se așteaptă de la ei. Stă în puterile lor să înregistreze performanțe însemnate și noi recorduri, să obțină — în număr cît mai mare și de mai multe ori — normele de selecție în lotul olimpic al R.P. Romîne, să se dovedească constanți în comportări.

Pentru a crea cele mai bune condiții de desfășurare a întrecerilor din cadrul concursului de primăvară, s-a luat hotărîrea ca această competiție să fie organizată pe stadionul „23 August" a cărui pistă se prezintă, la ora actuală, cu mult mai bine decît cea atît de familiară a stadionului Republicii.

În vederea acestui concurs atleții noștri au participat la mai multe competiții de verificare dovedind o bună pregătire și realizînd numeroase rezultate foarte promițătoare pentru acest sezon. Chiar la sfîrșitul săptămînii trecute patru rezultate s-au impus în mod deosebit. Dintre acestea cel mai valoros este al LIEI MANOLIU la aruncarea discului — 53,43 m, pînă acum printre cele mai bune din lume (54,57 m Kuznețova — U.R.S.S.; 54,17 m Nomceva — Cehoslovacia; 54,03 m Stugner—Ungaria; 53,69 m T. Press—U.R.S.S.). După ce a participat la 4 concursuri în acest an, în care rezultatele au fost în jurul a 50—51 m, Lia Manoliu a obținut o creștere însemnată. Recordmana noastră, cîștigătoarea medaliei de bronz la J.O. de la Roma, are posibilități ca în 1964 să realizeze încă mulți metri peste performanța de sîmbătă. Pentru aceasta va trebui ca să aibă mult mai multă încredere în forțele proprii și să dovedească mai multă combativitate în concurs.

GHEORGHE ZAMFIRESCU, în pauza meciurilor de fotbal de pe „23 August", a luat primul start în acest an pe 200 m. Rezultatul de 21,7 sec. ni se pare foarte grăitor, cu atît mai mult cu cît el a avut și un ușor vînt potrivnic. Avem credința că în curînd, poate chiar duminică, Zamfirescu se va putea apropia de recordul lui Moina, pe care l-a asaltat destul de serios în cursul anului trecut.

HERMAN ALBRECHT cotat pînă acum ca un săritor de „7,20 m" a cules duminică roadele seriozității cu care s-a pregătit, marcînd un spectaculos salt calitativ. El a realizat 7,54 m, dovedindu-se un adversar periculos pentru recordmanul țării, **Mihai Calnicov,** și pentru recordul de 7,61 m al acestuia. Foarte tînăra GABRIELA RADULESCU a obținut 5,81 m la săritura în lungime, rezultat la 1 cm de recordul de junioare care-i aparține.

Pînă acum am asistat la multe starturi ale atleților noștri, în special al celor bucureșteni. Nu știm însă decît puține lucruri despre activitatea atleților fruntași din Cluj, Timișoara, Brașov etc. Concursul de sîmbătă și duminică ne va lămuri și asupra stadiului de pregătire al acestora.

V. MIHAIL